

くらしとすまい

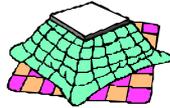
2013・2月号

今が年間で一番寒い時期です、今年は特に寒く私の住む浜北は例年よりも氷がはる朝が多いです。3月の中旬ころまでは、毎日ではないですが続きます 健康に注意をしてのりきりしましょう。

電力会社が料金引き上げに動くなか、電気代や燃料代を控えつつ部屋の暖かさを感じられる方法を挙げてみました。

今すぐできる節電防寒術

1. 家族で1つの部屋に集まる
 2. カーテンを厚手のものに変える・二重にする
 3. 窓に断熱シートを貼る
 4. カーテンを床まで届く長さにする
 5. 扇風機やサーキュレーターを暖房と併用する
 6. ドアやふすまを閉め、暖房の熱を逃がさない
 7. 昼間カーテンを開け、夕方は早めに閉める
 8. ドアの下の際間をテープでふさぐ
 9. 床にカーペットやマットを敷く
 10. 室内を加湿する
- 可能なものは合わせて実行してみましょう！



本格的な花粉症シーズンが近づいてきました 今年较去年の5倍とも言われています！

- * 症状が出始める前から薬やマスクをする。
- * 空気清浄機より加湿器が有効。
加湿器は粘膜を守るほか、花粉を早く床に落下させる効果もある。
- * 目のかゆみはこすらない
氷水で冷やしたタオルなどを目の当ててかゆみが治まるまで待つ。

よい治療を受けるために！

例年の病状をきちんと伝える

花粉症に使われる新薬が次々と登場しています。最もつらいと感じる病状に合った医薬品を早めに使い始めることで、花粉症シーズンの間の生活の質は改善されます。



かんたん 美味

カキのジョン



- 材料** 4人分
- ・カキ(大) 8個
 - ・塩水 (水カップ1塩小さじ1)
 - ・小麦粉 大さじ2
 - ・卵 2個
 - ・塩 小さじ1/4
 - ・ごま油 大さじ1
 - ・糸唐辛子 適量
 - ・たれ 酢大さじ2
しょうゆ大さじ1
白ごま大さじ1

1. カキは分量の塩水でもみ洗いし、さらに流水ですすぎ洗います。卵は溶きほぐし、塩小さじ1/4を加えて混ぜます。
2. カキの水気をよくきり、小麦粉をつけます。
3. フライパンにごま油を温め、カキに卵液をたっぷりつけて、弱火で約2分ずつ両面を焼きます。器に盛り糸唐辛子をのせます。たれを添えます。調理時間約15分

ジョンというのは、野菜や魚介などを卵と小麦粉の衣にくぐらせて焼く韓国料理。直接焼くよりも食材の食感が残り、うまみも逃げません。この料理もカキのプリプリとした食感が残り、衣にはカキのうまみが浸透したまらないおいしさです。

今年こそ思い切って決心しませんか！

来年4月より消費税が8%になり、2015年10月からは10%になり現在の2倍となります。



* 今までの例ですと半年前の今年の9月までに契約をすれば現行の消費税でいけます。

耐震壁体内通気循環工法 (MOKUZO+)

三方原に建築中！



太陽光発電も

夏涼しく・冬暖かい

当社がおすすめる地震にも強く住む人の健康にも対応出来る大変優れた省エネ・エコ住宅です。外張り断熱工法とはまったく違った工法です。

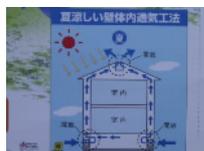
* 見学を希望される方は連絡をいただければご案内いたします。

* 詳しい資料をご希望の方はご連絡下さい。

落とし蓋工法

壁体内通気循環システム

- * 耐震性
- * 耐久性
- * 快適性
- * 健康性



詳しくはホームページをご覧ください
浜松住宅欄→検索
しあわせ家づくり

浜松住宅は、新築・増改築・ちょっとしたリフォームから不動産のご相談まで、みなさまのお手伝いをさせていただきます。何でも気軽にご相談ください。

浜松市北区初生町883-5
浜松住宅株式会社 電話053-436-2031
営業担当 河野 拓造 080-6968-1815

建設業 知事許可(一般)第1985号 一級建築士事務所 知事登録第5752号 不動産取引業 知事免許第3352号

編集 河野